

路德會西門英才中學
「家長學生·好精神一筆過津貼」計劃書 (2024-2025)

津貼目的	舉辦與學生及家長精神健康相關的活動及課程，讓家長學習： 1. 與精神健康相關的知識及技巧； 2. 掌握及早識別子女出現早期精神健康問題徵兆的技巧； 3. 認識管理壓力和提升身心健康的方式； 4. 強化子女的正向思維。
金額	\$20,000
津貼用途	1. 舉辦與推廣學生及家長精神健康相關的親子或家長活動 2. 提供與家長學習精神健康相關的知識及技巧的課程或培訓

項目名稱	項目內容	對象	成效評估方法	預計開支	時間表	負責人
親子手工活動	舉辦親子手工放鬆活動，讓家長及學生透過活動，加強對精神健康的認知，提升積極的態度應對壓力及面對困難，並適時照顧自己的身心健康。	全校家長及學生	<ul style="list-style-type: none"> ● 家長問卷 ● 家長口頭回饋 ● 老師觀察 	\$12,000	11/2024-7/2025	戴燕清 溫德逸 輔導組
送你家家甜	向家長派發「家家甜禮物」以支持、鼓勵家長，更讓家長多留意子	全校家長及學生		\$8000	11/2024-7/2025	黃美琪 駐校社工 家教會

	女的精神健康。禮包內 尚有：家長自我關顧錦 囊、辨識子女精神健康 錦囊。					
總預計開支				\$20,000		